

中華民國水中運動協會丙級 SUP 立式划槳教練講習實施計畫

一、活動緣起

海洋運動是國人日趨盛行的休閒項目之一，為能積極推動水域運動，增加水域運動人口，提升國人親水觀念，減少溺水事故，豐富國人正當休閒水域活動，以推廣安全的、環保的SUP立式划槳運動，藉由SUP立式划槳運動的實施內容，加以促進對水域運動的安全觀念並將之概念落實於民眾水域休閒生活中，以響應政府所提倡的體育運動發展之目標，推展水域休閒活動，促使台灣邁向海洋國家的新紀元，亦可帶動產業經濟，落實台灣為「海洋國家」之國際形象。

二、活動目的

- (一)配合國家體育運動發展之政策，推動水域運動體驗活動，藉此活動培養水域專業人才及師資。
- (二)透過推廣 SUP 活動，提升國人水域活動參與度以及水域安全的基本觀念。
- (三)藉由活動加強學員對於水域活動的相關知識，並提升學員在水域活動的安全意識及緊急處理能力。
- (四)引導民眾親近水域資源，培育水域運動愛好者，落實國民運動政策指標。

三、主辦單位： 中華民國水中運動協會

四、承辦單位： 中華民國水中運動協會立式划槳委員會、金門縣水中運動協會

五、協辦單位： 國立金門大學運動與休閒學系、體育室

六、訓練地點： 學科:國立金門大學游泳池。術科:古崗湖

七、訓練時間： 110年6月19-21日(含教學實習1日，共計3日，訓練時數合計24時)

八、參加對象資格及人數：

- (一)凡年滿18歲者，高中(職)以上或同等學歷，喜好水域運動及SUP立式划槳運動者。
- (二)近三個月內核發之良民證且無下列之罪章情事；具外國籍者，應檢附原護照國開具之行為良好證明文件。
 - 2-1. 犯傷害罪章。但其屬過失犯，不包括之。
 - 2-2. 犯性侵害犯罪防治法第二條第一項所定之罪、妨害風化罪章及妨害自由罪章。
 - 2-3. 犯毒品危害防制條例之罪。

2-4. 犯殺人罪。

2-5. 違反運動禁藥管制辦法相關規定。

(三) 報名人數15人始開班，30人額滿。

九、 講師陣容：總教練林本源、翁玉貞、邱一恕

十、報名費及退費機制：

(一)國立金門大學學生及金門縣水中運動協會會員每人新台幣3,000元，非學生及會員每人4,500元。(含基礎教學、證照費用500元、教材費、保險費及中餐、飲水)，中途退訓或未參與全程訓練者，不予退費。

(二)承辦單位提供講習學員所需SUP裝備及器材，學員需自備防寒衣、水母衣、手套、盥洗用具及防曬用品等。

(三)退費基準：

1. 開課前5日，退還80%報名費。
2. 開課前2日，退還50%報名費。
3. 開課當日，不予退還。

十一、 報名方式及所需繳交資料內容：

- 一、一律線上報名，報名後請至國立金門大學體育室繳交報名費用後，始完成報名。
- 二、2吋半身照片(電子檔)、身分證正反面(電子檔)及良民證(電子檔)。

【電子檔】檔名請加註您的大名寄送至 chiuis@nqu.edu.tw

三、報名期限:即日起至6月10日止。可掃描QR Code或是下面連結報名

<https://docs.google.com/forms/d/1dbxbcVOynijNwHBbwKJFFrz9CDR7YbU3fgZaruLuJwc/edit>



十二、 報名聯絡窗口：082-313803 邱先生 Line群組



十三、 報名相關細則：

- (一)本講習會依據教育部體育署及中華民國體育運動總會建立教練三級制度規定辦理。
- (二)學科及術科測驗各達70分以上為及格。

(三)講習期間未參加學科測驗或教學實習者，不發給證照。

(四)結訓成績及格人員，由承辦單位於指定日期擔任教學實習8小時，經考核合格後發給證照。

(五)教學實習項目，由承辦單位訂定，於實習期間不予支薪，承辦單位供應便當、飲用水及保險。

十四、聲明條款【承辦單位保有以下最後決定權】：

(一)報名人員得否參訓。

(二)若遇天候狀況等不可抗之因素須予以延期，本校會另行個別電話告知。

(三)請學員自行抵達目的地上課並考照，並請留心注意交通安全。

(四)主辦單位，得依實況調整課程。

(五)教學實習 8 小時，保有指定日期及考核項目決定權。

十五、證照年限及相關內容

修畢全部學程通過本會考核，並經中華民國體育運動總會審核製發丙級運動教練證，有效期限四年。持照人應於有效期限參加專業進修。

中華民國水中運動協會 110 年丙級SUP立式划槳教練講習會課程表

110 年丙級 SUP 立式划槳教練講習課表			
日期 時間	6 月 19 日 (星期六)	6 月 20 日 (星期日)	6 月 21 日 (星期一)
07:30~08:00	學員報到	學員報到	實習教學【由承辦單位於課程結束後之指定日期實習 8 小時】
08:00~08:20	始業式		
08:20~09:10	SUP 歷史發展及演進	SUP 運動營養學	
09:20~10:10	運動科學理論 (生理學、心理學、力學、社會學)	SUP 運動規則	
10:20~11:10	運動傷害防護	開放性水域安全教育	
11:20~12:10	性別平等教育 (性別意識與知能教育)	團體運作教學指導技術	
12:10~13:00	午餐及休息	午餐及休息 (學科測驗)	
13:00~13:50	SUP 體能訓練法	SUP 技術練習 (術科演練)	
14:00~14:50	SUP 運動基本技術 及術科動作講解	術科能力檢測	
15:00~15:50	SUP 運動指導技術及巡航 (包含：基本動作講解、運動基本技術、指導技術、團體運作指導、戰略與戰術)	術科能力檢測	
16:00~16:50	SUP 運動指導技術及巡航 (包含：基本動作講解、運動基本技術、指導技術、團體運作指導、戰略與戰術)	術科能力檢測	
17:00~17:20	綜合座談	綜合座談	

中華民國水中運動協會110年丙級SUP立式划槳教練證照班報名表

中華民國水中運動協會丙級教練講習活動個人資料蒐集告知事項，您的報名資料將用於以下目的：

- 一、您參加本次研習的聯繫(姓名、電話、地址、電子信箱)。
- 二、依據「中華民國體育運動總會輔導全國性非亞奧運體育運動團體建立教練制度實施原則」之規定，須請您提供身分證正面影本以供驗證年齡，並於講習結束後會將您的姓名、性別、生日、身分證字號、學歷、職務、電話、地址、活動拍照等資料連同活動檔案由中華民國體育運動總會檔案室保管。
- 三、您有通過本活動測驗後將製作本活動證照，需利用到您所提供的姓名、生日、身分證字號、2吋半身照片等資料，並於有效期限內保留您上述的資料以供證照遺失補辦之身分驗證及證照有效期限查詢用。

您的報名資料係由中華民國水中運動協會委由承辦單位金門縣水中運動協會蒐集處理，講習會完成後製成報告送交中華民國水中運動協會，其後承辦單位即不再保存與利用您的個人資料。

課程執行前，您可向承辦單位詢問、更正或取消您的報名資料。課程完畢後您可向中華民國水中運動協會詢問您的報名資料。

請勾選以下兩個選項，未勾選者不受理報名，並將喪失上述部分權利。

- 一、您的個人資料供以上之處理與利用：☐ 同意 ☐ 不同意
- 二、您的個人資料供於證照到期後仍保留姓名、電話、地址、電子信箱等資料，用於證照過期後開立訓練時數證明及通知本會相關講習活動訊息使用：
☐ 同意 ☐ 不同意

中華民國水中運動協會 110 年丙級 SUP 立式划槳教練證照班報名表

姓 名	中 文		生 日	年 月 日	照 片
	英 文		身分證字號		
電 話	公		行動電話		
	宅				
電 子 信 箱					
學 歷			現 職		
通 訊 地 址	郵遞區號 _____				
寄出前請核對 下列資料是否齊 全： （四項皆必備，缺一 即視為報名不成功）				☐ 報名表 ☐ 報名費 ☐ 二吋照片 2 張 ☐ 身分證正反面影本 1 份	
				☐ 葷食 ☐ 素食	

中華民國水中運動協會 110 年丙級 SUP 立式划槳教練證照班

切結書

本人_____將於 110 年 6 月 19-21 日共 3 日參加中華民國水中運動協會丙級 SUP 立式划槳教練講習會訓練並願意同意下列事項，如有違規而造成事故時願自行負責。

一、心臟病、氣喘、高血壓及身體不適者，請勿參加。

二、參加本項活動期間，願意聽從老師及教練之指導及要求，否則一切後果自行負責。

三、活動前已充分了解水域運動安全公約及活動規則，並願意配合遵守所有規定事項。

四、本人認為身心健康，適宜從 SUP 立式划槳水域活動。

具結人_____（簽章）

中華民國 110 年 月 日

緊急聯絡人：

姓名：

地址：

電話：